MA1401-A © 2014 CASIO COMPUTER CO., LTD.

CASIO

P

5381P*JA

取扱説明書

5381

このたびは、本機をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
ご使用の前に本書の「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。
本書はお読みになった後も、大切に保管してください。

◆計測機能について

- 専門的な計測器ではありません。計測機能は、目安としてお使いください。

参照 温度計測…P.20

この時計の特長

この時計は、次の機能を備えています。

◆温度を計測できます

→ P.20

◆潮と月の情報を表示します

潮の干満や月齢を調べることができます。

→ P.22

◆カウンターとして使えます

999 までカウントできます。

→ P.27

◆ワールドタイムがわかります

世界 48 都市の時刻を表示できます。

→ P.28

◆ストップウオッチとして使えます

経過時間を計測できます。

→ P.30

◆タイマーとして使えます

設定時間をカウントダウン計測します。予定の時間になると、タイムアップ音でお知らせします。

→ P.31

◆アラームを設定できます

設定した時刻になると、アラーム音でお知らせします。

→ P.33

安全上のご注意

絵表示について

本書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するため、色々な絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。

⚠**危険**	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。
⚠**警告**	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。
⚠**注意**	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

△記号は「気をつけるべきこと」（注意）を意味しています（左の例は感電注意）。

⃠記号は「してはいけないこと」（禁止）を意味しています（左の例は分解禁止）。

●記号は「しなければならないこと」（強制）を意味しています（左の例は電源プラグをコンセントから抜く）。

⚠ 警告

スキューバダイビングには使用しないでください

本機をスキューバダイビングに使用しないでください。
- 本機はダイバーズウオッチではありません。誤って使用すると、事故の原因となります。

電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手の届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

⚠ 注意

お手入れについて

ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとさび易くなります。

かぶれについて

時計の本体およびバンドは、直接肌に接触していますので、使用状態によってはかぶれを起こす恐れがあります。

① 金属・皮革に対するアレルギー
② 時計の本体およびバンドの汚れ・さび・汗等
③ 体調不良等

- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
- 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
- 万一、異常が生じた場合は、ご使用を中止し、医師にご相談ください。

⚠ 注意

分解しないでください

本機を分解しないでください。けがをしたり、本機が故障する原因となることがあります。

ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やけがの予防のため、十分に安全が確認された場所で行ってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計が止まった場合は、速やかに電池を交換してください。

時計着脱の際に、バンドの中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

⚠ 注意

ご使用にあたって

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。

時計本体（裏ぶたを含む）やバンドに製品保護シールが付いている場合は、ご使用になる前に必ずはがしてください。シールをはがさずにご使用になると、「時計本体やバンド」と「シール」との隙間に汚れが付着し、さびやかぶれの原因となることがあります。

目次

この時計の特長 ..... 表紙裏面

安全上のご注意 1

本書について 9
- 本文中の記号について 9
- 操作部と表示について 9
- 液晶表示について 10

ご使用になる前に 11
- 時刻と日付の設定 11

モードの種類と切り替え 12
- 各モードでできること 12
- モードの切り替え 13
- 共通機能 14

時刻を見る 16

時刻を合わせる 17
- ホーム都市の設定 17
- 12/24 時間制、時刻、日付の調整 18

温度計測 20
- 温度を計測する 20
- 温度センサーの調整 20
- 温度計測のご注意 21

潮の干満、月齢（タイド／ムーン） 22
- 現在の潮の様子を見る 22
- 今後の潮の変化を見る 23
- 今日の潮の干満、月齢を調べる 24
- 今日以外の日の潮の干満、月齢を調べる 25
- 満潮時刻の補正 26

カウンター 27

ワールドタイム 28
- ワールドタイム都市を選択する 28
- サマータイム（DST）の設定 29
- ホーム都市とワールドタイム都市を入れ替える 29

ストップウオッチ 30
- 計測する 30

タイマー.....31
計測時間を設定する..... 31
計測する..... 32
タイムアップ音を止める..... 32

アラーム・時報.....33
アラーム時刻を設定する..... 33
アラーム・時報の ON/OFF..... 34
アラーム音を止める..... 34
アラーム音を確認する（モニターアラーム）..... 34

ライト.....35
ボタンを押して点灯させる..... 35
点灯時間を切り替える..... 35

針のずれ補正.....36
針のずれを補正する..... 36

ボタン操作音の ON/OFF.....38

故障かな?と思ったときは.....39
時刻設定..... 39
センサーモード..... 39
ワールドタイムモード..... 39

主なマークとインジケーター.....40

製品仕様.....41

ご使用上の注意.....42

お手入れについて.....46

電池交換について.....47

金属バンドの駒詰めについて.....47

UTC（協定世界時）とタイムゾーン.....48

都市コード一覧表.....49

本書について

本文中の記号について

注意：誤った使用方法によるけがや故障を防ぐための情報を記載しています。

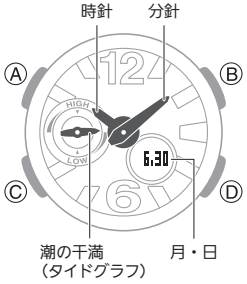
重要：正しく使用するために必要な情報を記載しています。

参考：各機能や操作の説明に関する補足情報を記載しています。

：詳細の説明や関連する項目などの参照ページを案内しています。

操作部と表示について

この時計の操作は、Ⓐ ～ Ⓓ ボタンを使用します。



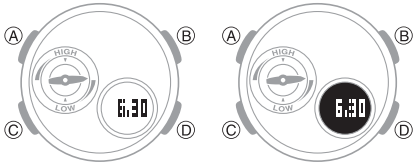
参考

- この取扱説明書では各ボタンの操作を説明するために、図に記載した文字を使用しています。
- この取扱説明書に記載しているイラストは、視認性を考慮して実際のものとは異なる描写をしているものがあります。ご了承ください。

液晶表示について

製品によって、液晶表示のタイプが異なります。本書に記載しているイラストは、視認性を考慮して「白地に黒」で描写しております。

- 液晶表示のタイプは製品によって決まっているため、1 つの製品でタイプを切り替えることはできません。



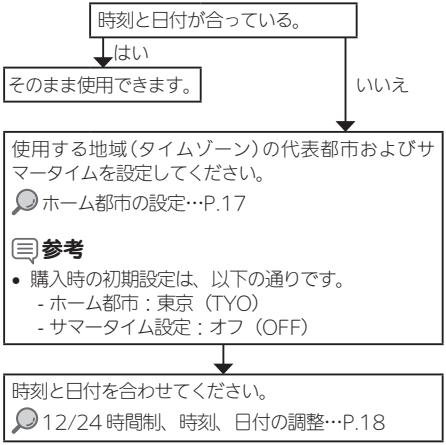
ご使用になる前に

この時計をお使いになるには、「時刻・日付」の設定が必要です。
時刻と日付の表示を合わせたら、「モードの種類と切り替え」と操作したい機能の説明をお読みください。

モードの種類と切り替え…P.12

時刻と日付の設定

時刻と日付の表示を確認して、チャートに従ってください。



モードの種類と切り替え

この時計には、機能に応じたいくつかのモードがあります。各モードの機能とモード切り替え方法は以下の通りです。
また、各モードに共通している機能や操作は、14 ページを参照してください。

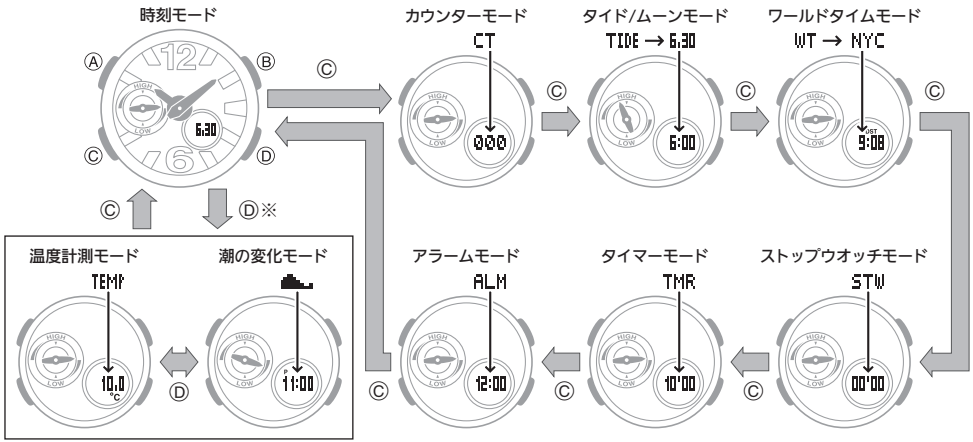
各モードでできること

モード	機能	参照ページ
時刻	• ホーム都市の時刻表示 • 時刻、日付、サマータイムの設定 • 現在の潮の干満表示	P.16 P.17 P.22
温度計測	現在の温度表示	P.20
潮の変化	現在から 12 時間後までの潮の変化を表示	P.23
カウンター	数をカウントする	P.27
タイド／ムーン	指定した日時の、潮の干満と月齢を表示	P.24

モード	機能	参照ページ
ワールドタイム	世界 48 都市（31 タイムゾーン）の時刻を表示	P.28
ストップウオッチ	経過時間の計測	P.30
タイマー	タイマーの設定、計測	P.31
アラーム	• アラーム時刻の設定 • 時報の ON/OFF 設定	P.33

モードの切り替え

Ⓒ ボタンを押すごとに、以下のモードに切り替わります。



※「温度計測」「潮の変化」のうち最後に使用したモードになります。

参考

- どのモードで操作していても、Ⓒ ボタンを約 2 秒間押し続けると時刻モードに戻ります。ボタン操作音が ON に設定されているときは、このときピピッと 2 回高い音が鳴ります。
- ボタン操作音が ON に設定されているときは、Ⓒ ボタンを押すごとに音が鳴ります。時刻モードに戻るときは、高い音が鳴ります。

ボタン操作音の ON/OFF…P.38

共通機能

以下の機能と操作は各モードに共通しています。

◆自動表示切り替え

- 以下のモードで何も操作せず時間が経過すると、時刻モードに自動的に戻ります。

モード	経過時間
温度計測、アラーム、タイドムーン、時刻などの設定中（デジタル表示が点滅）	2 ～ 3 分
潮の変化	変化の表示が終わるまで

◆早送り

- 各モードで設定をするとき、Ⓓ および Ⓑ ボタンを押して設定内容を変更します。
- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると、設定値を早送りできます。

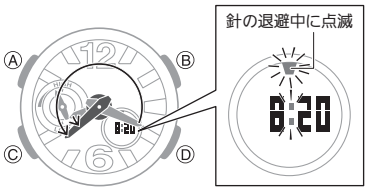
◆針を退避させて、他の表示を見やすくする

時針と分針を一時的に移動させて、画面など他の表示を見やすくすることができます。

❶ Ⓑ ボタンを押しながら、Ⓒ ボタンを押します。

- 時針と分針が、タイドグラフや画面に重ならない場所に移動します。

例：8 時 20 分から退避させた場合



❷ もう一度 Ⓑ ボタンを押しながら Ⓒ ボタンを押すと、針が通常の位置（時刻表示）に戻ります。

参考

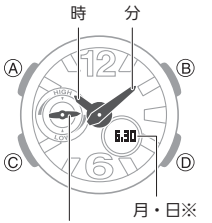
- どのモードでも有効です。ただし各モード中の設定モードでは、この機能を使わなくても針が自動で退避します。
- 針の退避中も、退避させていないときと同じようにボタンの操作ができます。
- モードを変えると、針の退避は解除されます。

モードの切り替え…P.13

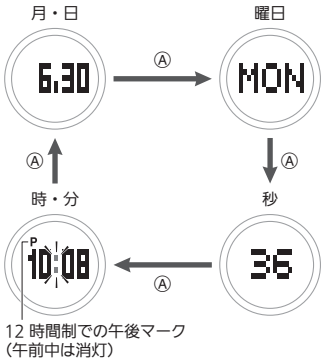
- 何も操作せず約 1 時間経つと、針の退避は解除されます。

時刻を見る

現在の時刻と日付を表示します。



※ Ⓐ ボタンを押すごとに下記のように切り替わります。



時刻を合わせる

現在の時刻と日付を設定します。

ホーム都市の設定

ホーム都市は、都市コード一覧表の 48 都市（31 タイムゾーン）の中から、この時計を使用する場所と同じタイムゾーンの都市を設定します。また、使用する国や地域に応じてサマータイム（DST）を設定します。ホーム都市を正しく設定しないと、「ワールドタイム都市」の時刻を正しく表示しない原因になります。

都市コード一覧表…P.49

重要

- 日本で使用する場合は、ホーム都市を東京（TYO）に設定します。

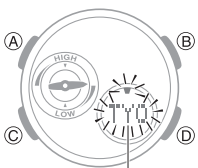
参考

- サマータイムとは、DST（Daylight Saving Time）とも言い、通常の時刻（スタンダードタイム）から 1 時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの実施期間や実施地域は、国によって異なります。また、サマータイム制度を採用していない国や地域もあります。

◆ホーム都市、サマータイムを設定する

❶ 時刻モードで Ⓐ ボタンを押し続け、［ADJ］と表示されたらボタンから手を離します。

- 都市コードを設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。

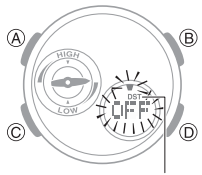


❷ Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、都市コードを選択します。

- 設定したい都市コードを表示するまで、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します。
- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると早送りできます。

❸ Ⓒ ボタンを押して、サマータイム（DST）設定画面に切り替えます。

❹ Ⓓ ボタンを押して、サマータイム（DST）の設定を選択します。



DSTマーク

Ⓓ ボタンを押すごとに以下の設定が切り替わります。

DST OFF	通常の時刻を表示します。
DST ON	サマータイムを表示します。

❺ Ⓐ ボタンを押して設定を終了します。

サマータイムを設定すると時刻モード画面に、［DST］を表示します。

参考

- ホーム都市を「UTC」に設定しているときは、DST ON/OFF の切り替えはできません。

12/24 時間制、時刻、日付の調整

デジタルの時刻を修正すると、それに応じて針の時刻も修正されます。

重要

- 時刻と日付を合わせる前に、ホーム都市を設定してください。

ホーム都市の設定…P.17

- デジタルの時刻表示と針が示す時刻が合っていないときは、針のずれ補正を行う必要があります。

針のずれ補正…P.36

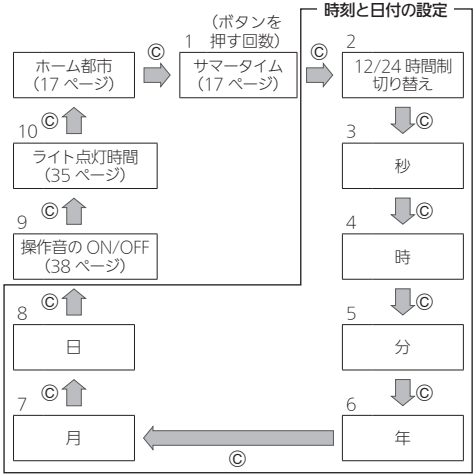
◆時刻と日付の合わせかた

❶ 時刻モードで Ⓐ ボタンを押し続け、［ADJ］と表示されたらボタンから手を離します。

- 都市コードを設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。

❷ Ⓒ ボタンを押して、設定する項目を選択します。

Ⓒ ボタンを押すごとに以下の順序で設定項目が切り替わります。



❸ Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、以下の設定を変更します。

画面	変更項目	操作
12H	12 時制（12H）と 24 時制（24H）の切り替え	Ⓓ ボタンを押す
36	秒を「00」にリセット - 30 ～ 59 秒のときは 1 分繰り上がります	Ⓓ ボタンを押す
P 10:08	「時」「分」の変更	Ⓓ または Ⓑ ボタンを押す
2014	「年」の変更	Ⓓ または Ⓑ ボタンを押す
6.30	「月」「日」の変更	Ⓓ または Ⓑ ボタンを押す

❹ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 日付の設定は、月ごとの日数の違いや、うるう年にも対応しています（フルオートカレンダー）。

温度計測

この時計は、温度を計測することができます。

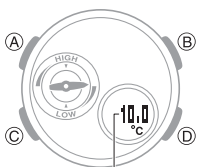
温度を計測する

❶時刻モードで Ⓓ ボタンを押して、［TEMP］を表示させます。

- 1 回押しても表示しないときは、もう 1 回押してください。

モードの切り替え…P.13

［TEMP］を表示してから約 1 秒後に、計測結果を表示します。



温度

- 5 秒ごとに計測結果を更新し、2 ～ 3 分後に時刻モードに戻ります。

◆温度表示

計測単位：0.1° C
計測範囲：−10.0° C ～ 60.0° C

- 計測範囲を超えたときは、［--.-］を表示します。

❷Ⓒ ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

温度センサーの調整

この時計に内蔵している温度センサーは、工場出荷時に調整されているため、通常は調整の必要はありません。ただし、計測値に大きなずれが発生したときは、センサーを調整することができます。

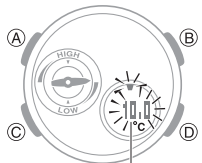
✔重要

- センサーの調整を誤ると正しい計測結果が得られません。調整する前に、以下を確認してください。
  - この時計の温度計測機能を、他の正確な温度計と比較してください。
  - 温度センサーを調整する場合は、時計を腕から外し、時計本体が常温になるまで（20 ～ 30 分）おき、調整してください。

❶ 温度計測モードに切り替えます。

❷ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、温度表示が消えたらボタンを離します。

- 温度を調整できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。



❸ Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、値を調整します。

- 調整単位は 0.1℃です。
- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると早送りできます。

参考

- Ⓓ ボタンと Ⓑ ボタンを同時に押すと、点滅している値が初期設定（工場出荷時）に戻ります。

❹ Ⓐ ボタンを押して調整を終了します。

温度計測モードに戻ります。

温度計測のご注意

温度計測は体温（時計を腕にはめている場合）、直射日光、湿気の影響を受けます。正確な温度を計測するためには、腕から時計を外し、水分を拭き取り、換気が良く直射日光の当たらない所に置いてください。約 20 ～ 30 分で実際の周囲の温度を計測できます。

潮の干満、月齢（タイド／ムーン）

潮の満ち引きや、月の月齢を調べることができます。

- ホーム都市の情報を表示します。あらかじめホーム都市を変更すれば、その都市の情報を見ることができます。

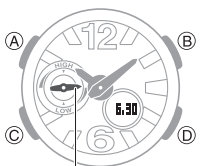
ホーム都市の設定…P.17

- 表示する結果はおおよその目安です。航海などには使用しないでください。

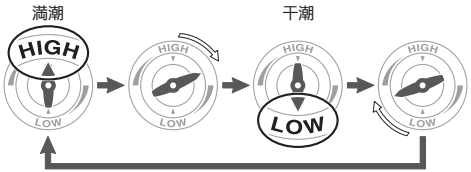
現在の潮の様子を見る

●時刻モードでは、現在の潮の干満を表示します。

モードの切り替え…P.13



潮の干満
（タイドグラフ）



参考

- 時刻モード以外でも、下記を除くすべてのモードで現在の潮の干満を表示します。
  - 潮の変化モード（23 ページ）
  - タイド / ムーンモード（24 ページ）
  - 各モード中の設定モード

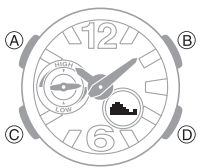
今後の潮の変化を見る

現在から 12 時間後までの潮の変化を見ることができます。

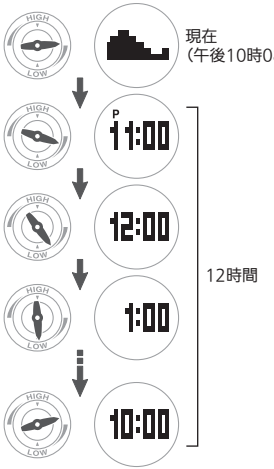
●時刻モードで Ⓓ ボタンを押して、下記を表示させます。

1 回押しても表示しないときは、もう 1 回押してください。

モードの切り替え…P.13



上の表示から約 1 秒後に、潮の変化表示がスタートします。



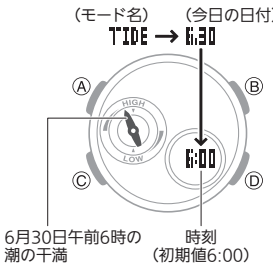
- 表示が終わると、時刻モードに戻ります。
- 表示の途中でも、Ⓒ ボタンを押して時刻モードに戻すことができます。

今日の潮の干満、月齢を調べる

❶ 時刻モードで Ⓒ ボタンを 2 回押し、タイド／ムーンモード（タイド表示）に切り替えます。

モードの切り替え…P.13

- 下記のように表示が変化して、今日の午前 6 時の潮の干満を表示します。



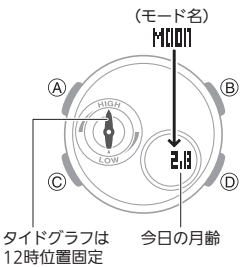
- 月齢を調べたいときは、手順 3 へ進んでください。

❷ Ⓓ ボタンを押して、調べたい時刻に切り替えます。

- Ⓓ ボタンを押すごとに 1 時間進み、その時刻の潮の干満を表示します。
- Ⓓ ボタンを押し続けると、早送りできます。
- Ⓒ ボタンでモードを切り替えると、時刻をリセットできます。

❸ Ⓐ ボタンを押して、月齢（ムーン表示）に切り替えます。

- 今日の月齢を表示します。



今日以外の日の潮の干満、月齢を調べる

❶ タイド／ムーンモードのムーン表示にします（24 ページ）。

❷ Ⓓ ボタンを押して、調べたい日付に切り替えます。

- Ⓓ ボタンを 1 回押すと月齢表示が日付に切り替わり、以降 Ⓓ ボタンを押すごとに 1 日進みます（押し続けると早送り）。
- 操作を止めて 1 秒経つと、選んだ日付の月齢を表示します。
- Ⓒ ボタンでモードを切り替えると、日付をリセットできます。

❸ Ⓐ ボタンを押して、タイド表示に戻します。

- 手順 2 で選んだ日付の、午前 6 時の潮の干満を表示します。

❹ Ⓓ ボタンを押して、調べたい時刻に切り替えます。

- 選んだ時刻の潮の干満を表示します。
- Ⓒ ボタンでモードを切り替えると、日付と時刻をリセットできます。

参考

- 月齢の計算誤差は、± 1 日です。
- 日付は 2000 年 1 月 1 日から 2099 年 12 月 31 日の範囲で指定できます。
- タイドグラフの表示が正しくない場合は、時刻モードの時刻やホーム都市の設定を確認してください。それでも正しくならないときは、「満潮時刻の補正」（26 ページ）をご覧ください。

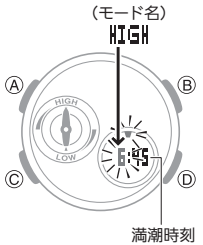
満潮時刻の補正

インターネットや新聞の情報にあわせて本機の満潮時刻を補正していただくと、より正確な情報を表示できます。

- お使いの場所や季節により満潮時刻は異なります。

❶タイド／ムーンモードで、Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続けます。

- 満潮時刻の「時」を調整できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。



❷Ⓒ ボタンで「時」「分」のいずれかを選び、Ⓓ または Ⓑ ボタンで選んだ値を切り替えて、正確な情報に合わせます。

- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると、早送りできます。
- Ⓓ と Ⓑ ボタンを同時に押すと、初期値に戻すことができます。
- タイド／ムーンモードで選ばれている日付の満潮時刻に合わせてください。その日に満潮が 2 回あるときは、最初の満潮の時刻に合わせます。
- 時刻モードでサマータイムを ON にすると、満潮時刻も 1 時間進みます。

❸Ⓐ ボタンを押して補正を終了します。

タイド表示に戻ります。

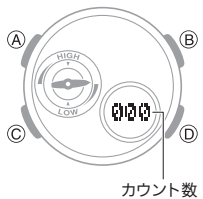
カウンター

999 まで、数をカウントできます。

❶時刻モードで Ⓒ ボタンを押すと、カウンターモードに切り替わります。

［CT］を表示し、約 1 秒後にカウント数を表示します。

モードの切り替え…P.13

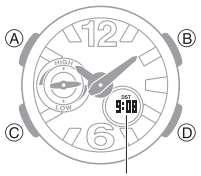


❷Ⓓ または Ⓐ ボタンを押して、数をカウントします。

- Ⓓ ボタンでカウントアップ、Ⓐ ボタンでカウントダウンします。
- Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続けると、［000］にクリアできます。

ワールドタイム

世界 48 都市（31 タイムゾーン）の時刻を知ることができます。ワールドタイムモードで選択した都市を「ワールドタイム都市」といいます。



ワールドタイム都市の情報

- 時分針とタイドグラフは、ホーム都市の情報を表示します。

ワールドタイム都市を選択する

❶ 時刻モードで Ⓒ ボタンを 3 回押し、ワールドタイムモードに切り替えます。

モードの切り替え…P.13

- 下記のように表示が変化します。

(1) モード名　(2) ワールドタイム都市の都市コード　(3) ワールドタイム都市の時刻

❷ Ⓓ ボタンで上図の(2)を表示させ、2 秒以内に Ⓓ ボタンを押して都市コードを切り替えます。

- Ⓓ ボタンを押すごとに次の都市コードになります。

都市コード一覧表…P.49

- Ⓓ ボタンを押し続けると早送りできます。
- Ⓑ と Ⓓ ボタンを同時に押すと、都市コードが UTC になります。
- Ⓐ ボタンを押すと、都市コードと都市名を確認できます。

サマータイム（DST）の設定

●ワールドタイムモードで、Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続けます。

- サマータイムの設定が切り替わります。
- 表示時刻がサマータイムのときは、［DST］を表示します。

参考

- ワールドタイム都市に UTC を設定した場合、サマータイム設定の切り替えはできません。
- サマータイム設定は、選択している都市にのみ適用します。他の都市には影響しません。

ホーム都市とワールドタイム都市を入れ替える

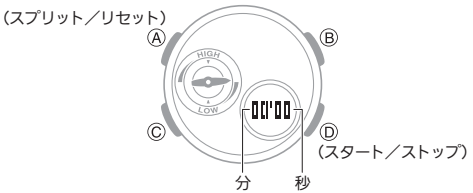
●ワールドタイムモードで、Ⓐ ボタンと Ⓑ ボタンを同時に押します。

ホーム都市とワールドタイム都市が入れ替わります。

例：ホーム都市「TYO」、ワールドタイム都市「NYC」を入れ替えた場合

ストップウオッチ

1 秒単位で 59 分 59 秒まで計測できます。計測範囲を超えた場合は、0 に戻って計測を続けます。



計測する

❶時刻モードで Ⓒ ボタンを 4 回押し、ストップウオッチモードに切り替えます。

モードの切り替え…P.13

- [STW] を表示してから約 1 秒後に、ストップウオッチ表示になります。

❷ボタン操作は、以下の通りです。

- 経過時間計測

Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ → Ⓐ
スタート　ストップ　(再スタート)　(ストップ)　リセット

- スプリットタイム（途中経過時間）計測

Ⓓ → Ⓐ → Ⓐ → Ⓓ → Ⓐ
スタート　スプリット　スプリット解除　ストップ　リセット

- 1・2 着同時計測

Ⓓ → Ⓐ → Ⓓ → Ⓐ → Ⓐ
スタート　スプリット　ストップ　スプリット解除　リセット
1 着ゴール　2 着ゴール (2 着のタイム表示)
(1 着のタイム表示)

参考

- 計測を開始後は、他のモードに切り替えたり、計測範囲を超えても Ⓐ ボタンでリセットするまで計測を継続します。

タイマー

タイマーは、1分単位で60分まで設定することができます。タイムアップになると 10 秒間のタイムアップ音が鳴ります。

計測時間を設定する

❶時刻モードで Ⓒ ボタンを 5 回押し、タイマーモードに切り替えます。

モードの切り替え…P.13

- ［TMR］を表示してから約 1 秒後に、タイマー表示になります。

❷ Ⓐ ボタンをタイマーの「分」表示が点滅するまで（約 2 秒間）押し続けます。

- 計測時間を設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。
- タイマー計測中の場合は、Ⓓ ボタンを押して計測を停止してから Ⓐ ボタンを押して計測時間をリセットします。
- タイマー計測が一時停止している場合は、Ⓐ ボタンを押して計測時間をリセットします。

❸ Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、「分」を設定します。

- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると早送りできます。

❹ Ⓐ ボタンを押して設定を終了します。

計測する

●タイマー計測のボタン操作は、以下の通りです。

Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ → Ⓐ
スタート　ストップ　（再スタート）（ストップ）　リセット

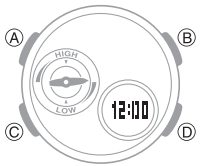
参考

- 他のモードに切り替えていても、タイムアップ音が鳴ります。

タイムアップ音を止める

●いずれかのボタンを押すとタイムアップ音が止まります。

設定した時刻になるとアラーム音が約 10 秒間鳴ります。
また、毎正時（00 分）に時報を鳴らすこともできます。



アラーム時刻を設定する

❶ 時刻モードで Ⓒ ボタンを 6 回押し、アラームモードに切り替えます。

モードの切り替え…P.13

- 下記のように表示が変化します。
- ［SIG］を表示したときは、Ⓓ ボタンを 1 回押してください。

❷ Ⓐ ボタンをアラーム時刻の「時」表示が点滅するまで（約 2 秒間）押し続けます。

- アラーム時刻を設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。

❸ Ⓒ ボタンを押すごとに、「時」または「分」の選択が切り替わります。

選択している方が点滅表示します。

❹ Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して、「時」または「分」を設定します。

- Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると早送りできます。

❺ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

アラーム・時報の ON/OFF

❶アラームモードで Ⓓ ボタンを押して、アラームまたは時報のいずれかを選びます。
- Ⓓ ボタンを押すごとに、アラーム時刻と［SIG］（時報）が交互に切り替わります。

❷Ⓐ ボタンを押して、アラームまたは時報の ON/OFF を切り替えます。

アラーム音を止める

●いずれかのボタンを押すとアラーム音が止まります。

アラーム音を確認する（モニターアラーム）

●アラームモードで Ⓓ ボタンを押し続けると、押している間、アラーム音が鳴ります。

ライト

暗いところで時計の表示を見るときに、ライトを点灯させて画面を明るくすることができます。

ボタンを押して点灯させる

Ⓑ ボタンを押すと、ライトが点灯します。

時刻合わせなど、Ⓑ ボタンを設定に使用しているときは除く。

参考

- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。

点灯時間を切り替える

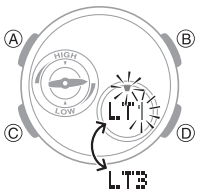
1 時刻モードで Ⓐ ボタンを押し続け、［ADJ］と表示されたらボタンから手を離します。

- 都市コードを設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。

2 Ⓒ ボタンを 10 回押して、ライト点灯時間選択画面に切り替えます。

参照…P.19

［LT1］または［LT3］を表示します。



3 Ⓓ ボタンを押して、［LT1］（1.5 秒間点灯）または［LT3］（3 秒間点灯）を選択します。

4 Ⓐ ボタンを押して設定を終了します。

針のずれ補正

強い磁気や衝撃を受けると、針の時刻とデジタル表示の時刻がずれることがあります。そのようなときは、針のずれを補正します。

重要

- 針の時刻とデジタル表示の時刻が合っている場合は、この操作を行う必要はありません。

針のずれを補正する

❶ Ⓐ ボタンを約 5 秒間押し続け、［H.SET］が表示されたらボタンから手を離します。

- タイド針を補正できる状態になります。
- Ⓐ ボタンを押している途中に［ADJ］と表示されますが、そのまま押し続けてください。

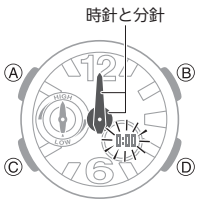
❷ タイド針が 12 時位置を指していない場合は、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して 12 時位置に合わせます。

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押し続けると早送りできます。

❸ Ⓒ ボタンを押します。

- 時針と分針を補正できる状態になります。
- もう 1 回 Ⓒ ボタンを押すと※、タイド針の補正状態に戻ります。

※針の移動中は無効。



❹ 時針と分針が 12 時位置を指していない場合は、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押して 12 時位置に合わせます。

❺Ⓐ ボタンを押すと、時刻モードに戻ります。

重要

- 針のずれ補正が終了したら、時刻モードで、針の時刻とデジタル表示の時刻が合っているかご確認ください。もしずれている場合は、再度針のずれ補正を行ってください。

ボタン操作音の ON/OFF

ボタンを押したときに鳴る操作音の ON/OFF 設定ができます。

❶時刻モードで Ⓐ ボタンを押し続け、［ADJ］と表示されたらボタンから手を離します。

- 都市コードを設定できる状態になります。
- 時分針は退避します（15 ページ）。

❷Ⓒ ボタンを 9 回押して、操作音の ON/OFF 設定画面に切り替えます。

参照…P.19

［KEY ♪］または［MUTE］を表示します。

❸Ⓓ ボタンを押して、［KEY ♪］（操作音 ON）または［MUTE］（操作音 OFF）を選択します。

❹Ⓐ ボタンを押して設定を終了します。

参考

- 操作音の設定が OFF の場合でも、アラーム音、時報、タイマー音は鳴ります。

故障かな？と思ったときは

時刻設定

状況	原因と対処
現在時刻の表示が数時間ずれている	ホーム都市の設定が正しくありません。ホーム都市の設定を確認してください。 ホーム都市、サマータイムを設定する…P.17
現在時刻の表示が 1 時間ずれている	サマータイムの設定が正しくありません。 サマータイムの設定を確認してください。 ホーム都市、サマータイムを設定する…P.17

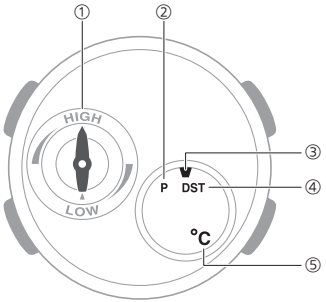
センサーモード

状況	原因と対処
計測中に［ERR］を表示した **温度計測時** 	センサーや内部回路が故障すると［ERR］（エラー）を表示し、センサー機能が使用できなくなります。 • 計測中に［ERR］を表示したときは、計測をやり直してください。また［ERR］を表示した場合、センサーの異常が考えられます。 • ［ERR］表示が消えない場合、センサーの故障が考えられます。「修理に関するお問い合わせ窓口」にご相談ください。

ワールドタイムモード

状況	原因と対処
設定したワールドタイム都市の時刻がずれている	サマータイム設定が正しくありません。 サマータイム（DST）の設定…P.29

主なマークとインジケーター



番号	名称	参照ページ
①	タイドグラフ	22
②	午後マーク	16
③	針退避マーク	15
④	DST マーク	18, 29
⑤	温度マーク	20

製品仕様

精　　度 : 平均月差±30秒

基本機能 : アナログ部
時・分（20 秒運針）
デジタル部
時・分・秒・月・日・曜日、
午前 / 午後（P）/24 時間制表示、
フルオートカレンダー（2000 ～
2099 年）

温度計測機能 : 計測範囲　−10.0℃～60.0℃
表示範囲　−10.0℃～60.0℃
計測単位　0.1℃
温度調整機能

センサー精度 :

温度センサー　計測精度　±2℃以内
（精度保証温度範囲　−10℃～
60℃）

タイド／ムーン機能 : 潮の干満（タイドグラフ）、月齢
潮の変化表示、時刻・日付選択機能

カウンター機能 : カウント数　0～ 999

ワールドタイム機能 : 世界48都市（31タイムゾーン）の時
刻を表示、サマータイム設定機能

ストップウオッチ機能 : 計測単位　1秒
計測範囲　59分59秒
計測機能　通常計測、積算計測、ス
プリット計測、1・2着同
時計測

タイマー機能 : 計測単位　1秒
計測範囲　60分
セット単位　1分
セット範囲　1～60分（タイマー時間）

アラーム機能 : 時刻アラーム
アラーム数　1本
セット単位　時・分
アラーム報音時間　10秒間
時報　毎正時に2回電子音で報知

その他 : LED ライト、ライト点灯時間切り替
え、操作音 ON/OFF 設定、針退避
機能

使用電池 : SR726W　2個（電池別途販売）

電池寿命 : 約2年
（
- ライト 1 回（1.5 秒）/ 日
- アラーム 1 回（10 秒）/ 日
- 温度計測 1 回 / 週
）

ご使用上の注意

■防水性

●防水時計は時計の表面または裏ぶたに「WATER RESIST」または「WATER RESISTANT」と表示されているもので、次のように分類されます。

		日常生活用防水	日常生活用強化防水		
			5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
表示	時計の表面または裏ぶたに表記	「BAR」表記無し	5BAR	10BAR	20BAR
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキンダイビング（素潜り）	×	×	○	○

- 専門的な潜水＝スキューバダイビング（空気ボンベ使用）でのご使用はお避けください。

●時計の表面または裏ぶたに「WATER RESIST」または「WATER RESISTANT」と表示されていないものは防汗構造になっておりませんので、多量の汗を発する場合、もしくは湿気の多い場所でのご使用や直接水に触れるようなご使用はお避けください。

●防水構造の機種でも、以下のご使用はお避けください。
防水性能の低下や、ガラスの内側が曇る原因になります。
- 「水中で」および「時計に水分がついた状態で」りゅうずやボタンを操作すること
- 入浴のときに使用すること
- 温水プールやサウナなどの高温多湿な環境で使用すること
- 時計を手につけたまま手洗い／洗顔／家事などをするときに、石鹸や洗剤を使うこと

●海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れを拭き取ってください。

●防水性を保つために定期的（2～3年を目安）なパッキン交換をおすすめします。

●電池交換の際、防水検査を行いますので、必ずお買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください（特殊な工具を必要とします）。

●防水時計の一部にデザイン上、皮革バンドを使用しているモデルがありますが、皮革バンド付の状態で、水仕事・水泳など直接水のかかるご使用はお避けください。

●時計が急冷された場合など、ガラスの内側が曇ることがありますが、すぐに曇りが無くなるようであれば特に問題はありません。
夏季に高温の室外から室内に入りエアコンの吹き出し口付近で冷気にさらされたり、冬季に暖かい室内から出て屋外の冷気や雪に触れた場合など、外気と時計内部の温度差が大きくなることによって曇る時間が長くなることがあります。
なお、曇りが消えなかったり、時計内部に水が残っている場合は、ただちにご使用をやめて、修理をお買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください。

■バンド

●バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは指一本が入る程度の余裕をもたせてご使用ください。

●バンドは、劣化やさびなどにより、切れたり外れたりすること、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。これらは、時計の落下や紛失、けがの原因となります。バンドは常にお手入れをして清潔な状態でご使用ください。

●バンドに弾力性がなくなる、ひび割れ、変色、緩み、接合部のピンの飛び出しや抜け落ちなどの異常がある場合は、ご使用をやめてください。点検・修理（有償）や新しいバンドとの交換を、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください。

■温度

●自動車のダッシュボードや暖房器具の近く等の高温になる場所に放置しないでください。また、寒い所に長く放置しないでください。遅れ、進みが生じたり、止まったり、故障の原因となります。

●＋60℃以上の所に長時間放置すると液晶パネルに支障をきたすことがありますのでご注意ください。液晶表示は、0℃以下や＋40℃以上では、表示が見えにくくなることがあります。

■ショック

●通常の使用状態でのショックや軽い運動（キャッチボール、テニスなど）には十分耐えますが、落としたり、強くぶつけたりすると、故障の原因になります。
ただし、耐衝撃構造の時計の場合（G-SHOCK/Baby-G/G-ms）は腕につけたままでチェーンソーなどの強い振動や、激しいスポーツ（モトクロスなど）でのショックを受けても時計には影響ありません。

■磁気

●アナログ時計やコンビネーション（アナログとデジタル）時計は、針を動かすために磁石の性質を利用したモーターを駆動させる方式を採用していますが、このモーターは強い磁気（オーディオ機器のスピーカー、磁気ネックレス、携帯電話など）を発生する器具に近づけるとモーターの回転に影響を受け、針の「遅れ・進み・止まり・誤った時刻表示」などの原因となります。

■静電気

●静電気により誤った時刻を表示したりします。また、極度に強い静電気は、電子部品を破損する恐れがあります。

●静電気により、一時的に液晶の点灯していない部分ににじみ現象が発生することがあります。

■薬品類

●シンナー、ガソリン、各種溶剤、油脂またはそれらを含有しているクリーナー、接着剤、塗料、薬剤、化粧品類等が付着すると、樹脂ケース、樹脂バンド、皮革などに変色や破損を生ずることがありますのでご注意ください。

■保管

●長期間ご利用にならないときは汚れ、汗、水分などを拭き取り、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■樹脂部品について

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が樹脂部品に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分を拭き取り、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま放置すると色あせする場合があります。
- 塗装部品は、使用状況（過度の外力、連続したこすれ、衝撃等）により磨耗し色落ちしたりすることがあります。
- バンドにプリントがしてある場合は、プリント部分を強くこすると他の部分に色がつくことがあります。
- 蛍光商品は、長時間濡れたままにしておくと色が落ちる恐れがありますので、濡れているときはすぐに水分を拭き取って、乾かしてください。
- スケルトン（透明）仕様の部品は、汗や汚れ等の吸収や高温多湿への放置により変色を起こすことがあります。
- ご使用状態や保管環境により異なりますが、日々のご使用や長期保管によって劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

■皮革バンドについて

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が皮革バンドに移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに柔らかい布などで軽く拭いて、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま長時間放置すると色あせする場合があります。
  ご注意：皮革バンドは、摩擦・汚れにより色を移したり、色落ちすることがあります。

■金属部品について

- 金属は、ステンレスやメッキ品でも汚れたままご使用になりますと、さびが発生することがあります。汗をかいたときや水に濡らしたときは、柔らかい吸湿性の良い布などでよく拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、よく乾燥させてください。
- ときどき、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹸水がかからないようにしてください。

■抗菌防臭バンドについて

- 抗菌防臭バンドは汗などによる細菌の増殖を抑え、においの発生を防ぎ、常に清潔で快適な装着感が得られます。抗菌・防臭の効果を上げるために、バンドの汚れ、汗、水分等は吸湿性の良い柔らかい布で拭き取り、常に清潔にしてご使用ください。抗菌防臭バンドは微生物や細菌の増殖を抑えるためのもので、アレルギー等による皮膚のかぶれ等を抑えるものではありません。

■液晶表示について

- 液晶表示は、見る方向によって表示が見えにくくなることがあります。

■センサーについて

● 本機のセンサーは精密機器ですので、絶対に分解しないでください。また、センサー部を細い棒などでついたり、ゴミ・ほこりなどが入らないようにご注意ください。なお、海水に浸したときは、必ず真水で洗い流してください。

万一、本機使用や故障により生じた損害、逸失利益または第三者からのいかなる請求についても、当社では一切その責任を負えませんのであらかじめご了承ください。

お手入れについて

■お手入れのしかた

時計も衣類同様、直接身につけるものです。長くお使いいただくために、汚れ・汗・水分などは柔らかい布などでこまめに拭き取り、常に清潔な状態でご使用ください。

- 海水や泥がついた場合は、真水でよく洗い流してください。
- 金属バンドおよび樹脂バンドの金属部品は、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹸水がかからないようにしてください。
- 樹脂バンドは、水で洗い、柔らかい布などで水分を拭き取ってください。また、樹脂バンドの表面にシミのような模様が発生することがありますが、人体および衣類への影響はありません。布などで拭き取ってください。
- 皮革バンドは、水や汗がついた場合には、柔らかい布などで軽く拭いてください。
- りゅうずやボタンや回転ベゼルは、長期間操作しないと動きが悪くなる場合があります。ときどき、りゅうずや回転ベゼルを回したり、ボタンを押したりしてください。

■お手入れを怠ると

〈さび〉

- 時計で使用している金属はさびにくい性質ですが、汚れによりさびが発生します。
  - 汚れにより酸素が絶たれると、表面の酸化皮膜が維持できなくなり、さびが発生します。
- さびが発生すると、金属部分に鋭利な箇所ができたり、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。異常に気がついた場合は、ご使用をやめて、修理（有償）をお買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください。
- 表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやさびがしみ出して、衣類の袖を汚したり、皮膚がかぶれたり、時計の性能が劣化することがあります。

〈劣化〉

- 樹脂バンドや樹脂ベゼルは、汗などの水分で濡れたままにしておいたり、湿気の多い場所に放置すると経年劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

〈かぶれ〉

- 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮革バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

電池交換について

- 電池交換は必ずお買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にお申し付けください。
- 電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となる場合があります。
- 電池交換の際、防水検査を行います。
- 樹脂（外装）部品は日々のご使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。電池交換ご依頼品の樹脂部分にひびなどの異常がある場合、破損の恐れがありますので作業を行わずにご返却する旨のご案内をさせていただくことがございます。あらかじめご了承ください。

■最初の電池

- お買い上げの時計に組み込まれている電池（モニター用電池）は、工場出荷時点に時計の機能や性能をチェックするために組み込まれたものです。
- お客様がお買い上げになるまでの期間に電池は消耗しますので、モニター用電池は取扱説明書などに記載されている電池寿命に満たない場合があります。また、電池交換は保証期間内でも有料となります。

■電池の消耗

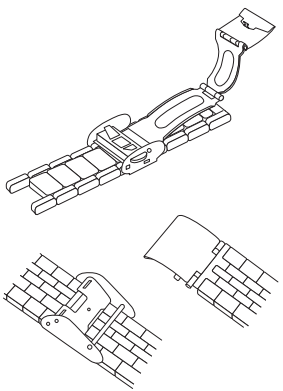
- 電池が消耗しますと「時刻の狂いが目立ったり」「表示が見にくくなったり」「消えたり」します。
- 消耗した電池を使っていると故障の原因になりますので、お早めに交換してください。

金属バンドの駒詰めについて

金属バンド（フリータイプの中留構造バンド※を除く）の駒詰めには専用の工具が必要となります。
お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはけが等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。
なお、「持込修理サービス受付窓口」においても保証期間内は無償、保証期間経過後は有償にて承っております。
詳しくは、「持込修理サービス受付窓口」または「修理に関するお問い合わせ窓口」へお問い合わせください。

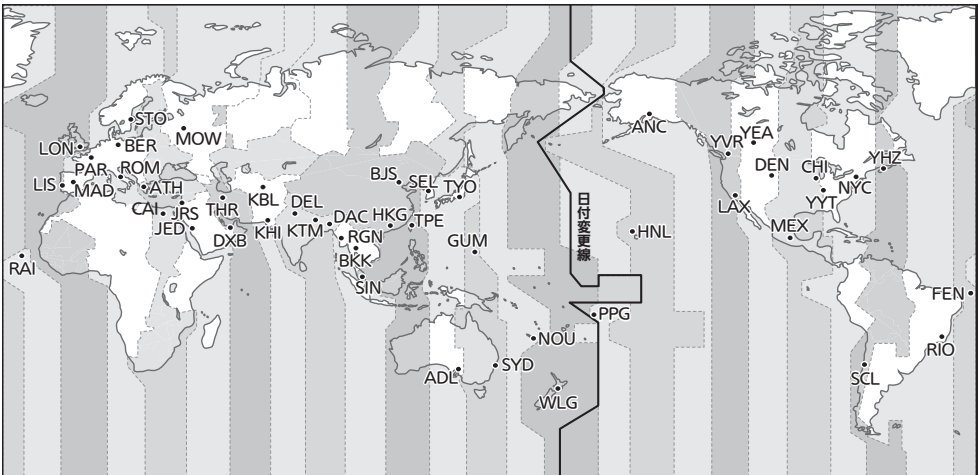
※ 中留をスライドさせて長さ調整するフリータイプのバンドでは、駒の取り外しはできません。

（例）



UTC（協定世界時）とタイムゾーン

地図から目的地のタイムゾーンをご確認ください。



JST（日本標準時）との時差																								
-11	-10	-9	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	-20	-19	-18	-17	-16	-15	-14	-13	-12	-11
UTC（協定世界時）との時差																								
-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	-11	-10	-9	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2

都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
UTC（協定世界時）		0	
LISBON	LIS	0	リスボン
LONDON	LON	0	ロンドン
MADRID	MAD	＋1	マドリード
PARIS	PAR	＋1	パリ
ROME	ROM	＋1	ローマ
BERLIN	BER	＋1	ベルリン
STOCKHOLM	STO	＋1	ストックホルム
ATHENS	ATH	＋2	アテネ
CAIRO	CAI	＋2	カイロ
JERUSALEM	JRS	＋2	エルサレム
MOSCOW	MOW*	＋3	モスクワ
JEDDAH	JED	＋3	ジェッダ
TEHRAN	THR	＋3.5	テヘラン
DUBAI	DXB	＋4	ドバイ
KABUL	KBL	＋4.5	カブール
KARACHI	KHI	＋5	カラチ
DELHI	DEL	＋5.5	デリー

コード		タイムゾーン	都市名
KATMANDU	KTM	＋5.75	カトマンズ
DHAKA	DAC	＋6	ダッカ
YANGON	RGN	＋6.5	ヤンゴン
BANGKOK	BKK	＋7	バンコク
SINGAPORE	SIN	＋8	シンガポール
HONG KONG	HKG	＋8	香港
BEIJING	BJS	＋8	北京
TAIPEI	TPE	＋8	台北
SEOUL	SEL	＋9	ソウル
TOKYO	TYO	＋9	東京
ADELAIDE	ADL	＋9.5	アデレード
GUAM	GUM	＋10	グアム
SYDNEY	SYD	＋10	シドニー
NOUMEA	NOU	＋11	ヌーメア
WELLINGTON	WLG	＋12	ウェリントン
PAGO PAGO	PPG	－11	パゴパゴ
HONOLULU	HNL	－10	ホノルル
ANCHORAGE	ANC	－9	アンカレジ

コード		タイムゾーン	都市名
VANCOUVER	YVR	－8	バンクーバー
LOS ANGELES	LAX	－8	ロサンゼルス
EDMONTON	YEA	－7	エドモントン
DENVER	DEN	－7	デンバー
MEXICO CITY	MEX	－6	メキシコシティ
CHICAGO	CHI	－6	シカゴ
NEW YORK	NYC	－5	ニューヨーク
SANTIAGO	SCL	－4	サンティアゴ
HALIFAX	YHZ	－4	ハリファックス
SAINT JOHN'S	YYT	－3.5	セントジョンズ
RIO DE JANEIRO	RIO	－3	リオデジャネイロ
F. DE NORONHA	FEN	－2	フェルナンド・デ・ノローニャ
PRAIA	RAI	－1	プライア

* 2013 年 12 月現在、モスクワの時差は「+4」に変更されていますが本機では対応していません。サマータイム設定を ON にして、1 時間進めてご使用ください。

参考

- この表は、本機の都市名一覧です。
- 設定する都市コードがわからないときは、使用場所の時差を確認し、時差が一致する都市コードを選択してください。
- 時差は協定世界時（UTC）を基準にしています。